

**IDENTIFIKASI KESULITAN TEKNIK GERAK DASAR LEMPAR CAKRAM
SISWA KELAS VIII H SMP N 1 SEWON**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Nurul Fajar Muslimah Ningrum
NIM 08601241042

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JUNI 2012**

**IDENTIFIKASI KESULITAN TEKNIK GERAK DASAR LEMPAR CAKRAM
SISWA KELAS VIII H SMP N 1 SEWON**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



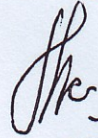
Oleh
Nurul Fajar Muslimah Ningrum
NIM 08601241042

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JUNI 2012**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Identifikasi Kesulitan Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram Siswa kelas VIII SMP N 1 Sewon” yang disusun oleh Nurul Fajar MN, NIM 08601241042 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 14 April 2012
Pembimbing,



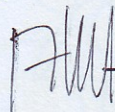
Sriawan, M.Kes
NIP 19580830 198703 1 003

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, Juni 2012
Yang menyatakan



Nurul Fajar Muslimah Ningrum
NIM 08601241042

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Identifikasi Kesulitan Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram Siswa Kelas VIII H SMP N 1 Sewon” yang disusun oleh Nurul Fajar Muslimah Ningrum, NIM 08601241042 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 28 Mei 2012 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sriawan, M.Kes.	Ketua Penguji		13/6-12
Aris Fajar Pambudi, M.Or.	Sekretaris Penguji		11/6-12
M. Husni Thamrin, M.Pd.	Penguji I (Utama)		8/6-12
Subagyo, M.Pd.	Penguji II (Pendamping)		6/6 2012

Yogyakarta, Juni 2012
Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.
NIP 19600824 19860 1 001

MOTTO

Motto

1. Jadikanlah sabar dan sholat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar (Al-Baqarah: 153).
2. Sesungguhnya dibalik kesulitan itu ada kemudahan (Q.S. Al-Insyirah: 6).

PERSEMBAHAN

Persembahan

Karya yang amat sederhana ini dipersembahkan kepada orang-orang yang punya makna sangat istimewa bagi kehidupan penulis, diantaranya: Suradi ayah yang bijaksana; Muji Rahayu ibu yang selalu mendukung dan penuh cinta; dan Ahmad Ghozali Rahman, Ghofiki Nur Ramadhan, Rahmat Budi Utomo, adik-adik yang selalu memberikan semangat.

IDENTIFIKASI KESULITAN TEKNIK GERAK DASAR LEMPAR CAKRAM SISWA KELAS VIII H SMP N 1 SEWON

Oleh
Nurul Fajar Muslimah Ningrum
NIM 08601241042

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi kesulitan yang dihadapi oleh siswa dalam melakukan teknik gerak dasar lempar cakram siswa kelas VIII H SMP N 1 Sewon, Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif yang dikuantitatifkan. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII H SMP N 1 Sewon. Penelitian ini menggunakan populasi sebanyak 30 siswa dengan 14 putra dan 17 putri. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* atau sampel bertujuan, yaitu pengambilan sampel yang didasarkan atas ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya berjumlah 31 siswa. Metode yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah observasi dan penilaian teknik gerak dasar lempar cakram. Adapun metode yang digunakan untuk menganalisis adalah teknik analisis persentase.

Hasil penelitian berdasarkan observasi dan penilaian teknik gerak dasar lempar cakram menunjukkan bahwa untuk teknik gerak dasar lempar cakram tingkat kesulitannya tinggi.

Kata kunci: identifikasi, kesulitan, teknik gerak dasar, lempar cakram.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Identifikasi Kesulitan Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram Siswa kelas VIII SMP N 1 Sewon” dimaksudkan untuk mengetahui kesulitan yang dihadapi oleh siswa dalam melakukan teknik gerak dasar lempar cakram siswa kelas VIII SMP N 1 Sewon.

Dalam penyusunan skripsi ini kiranya peneliti mengalami kesulitan dan hambatan. Dengan segala upaya, skripsi ini dapat terselesaikan berkat dukungan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan segala kemudahan dalam melaksanakan studi dan penelitian.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, yang telah memberikan izin penelitian serta segala kemudahan yang telah diberikan.
3. Bapak Amat Komari, M.Si, selaku Ketua jurusan POR, yang telah memberikan kelancaran dan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan studi.
4. Bapak Drs. F. Suharjana, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan bimbingan dan motivasi.
5. Bapak Sriawan, M.Kes, selaku Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dukungan dan motivasi selama proses penyusunan skripsi.

6. Para dosen FIK UNY yang telah memberikan bekal ilmu selama peneliti kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
7. Ibu Rr.Ani Prihati Handayani, M.Pd, selaku Kepala Sekolah SMP N 1 Sewon.
8. Ibu Kun Mariyah, S.Pd, selaku Guru Penjas SMP N 1 Sewon.
9. Bapak Edi Suroto, S.Pd, selaku Guru Penjas SMP N 1 Sewon.
10. Devani Abdilla Anwar selaku sahabat yang senantiasa memberikan *support*.
11. Siswa kelas VIII H yang telah banyak membantu berjalannya penelitian ini.
12. Teman-teman PJKR A 2008 yang telah menjadi teman *sharing* seputar skripsi maupun kegiatan penelitian.
13. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, kritik yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi dunia pendidikan.

Yogyakarta, Juni 2012

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskriptif Teori.....	10
1. Hakikat Belajar dan Pembelajaran.....	10
2. Hakikat Identifikasi.....	13
3. Hakikat Kesulitan Belajar	14
4. Hakikat Teknik Gerak Dasar	17
5. Hakikat Atletik.....	18
6. Hakikat Lempar Cakram.....	19
7. Hakikat Prinsip Perkembangan Keterampilan Gerak	24
8. Hakikat Pengembangan Irama Atletik	25
9. Karakteristik Siswa Usia SMP	26
B. Penelitian yang Relevan.....	27
C. Kerangka Berpikir.....	28
BAB III METODELOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
D. Populasi dan Sampel Penelitian	32
E. Instrumen dan Teknik Penelitian.....	32
F. Teknik Analisis Data	36
G. Kesepakatan Persepsi Pengamat	36

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskriptif Lokasi dan Subjek Penelitian	38
B. Deskriptif Data Penelitian	38
C. Hasil Penelitian	38
D. Pembahasan	41

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	47
B. Implikasi.....	47
C. Keterbatasan.....	47
D. Saran-Saran.....	47

DAFTAR PUSTAKA	49
----------------------	----

LAMPIRAN	51
----------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi-kisi Lembar Observasi Lempar Cakram	33
Tabel 2. Pedoman Observasi Penilaian Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	33
Tabel 3. Indikator Tingkat Kesulitan Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	36
Tabel 4. Hasil Observasi Kesulitan Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	39
Tabel 5. Presentase Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram.....	39
Tabel 6. Hasil Observasi Cara Memegang Cakram.....	40
Tabel 7. Hasil Observasi Gerakan Awalan.....	40
Tabel 8. Hasil Observasi Gerakan Ayunan.....	40
Tabel 9. Hasil Observasi Gerakan Putaran	41
Tabel 10. Hasil Observasi Gerakan Akhir	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Lapangan Lempar Cakram.....	21
Gambar 2. Cara Memegang Cakram	22
Gambar 3. Urutan Gerak Lempar Cakram	24
Gambar 4. Hasil Observasi Kesulitan Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	39
Gambar 5. Persentase Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	40
Gambar 6. Pengamat Pertama.....	58
Gambar 7. Pengamat Kedua	58
Gambar 8. Peneliti Menginstruksikan Siswa.....	67
Gambar 9. Cakram.....	67
Gambar 10. Siswa Melakukan Latihan Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	67
Gambar 11. Penilaian Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	68
Gambar 12. Penilaian Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	68
Gambar 13. Penilaian Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Ijin Penelitian	52
Lampiran 2. Ijin Penelitian	53
Lampiran 3. Ijin Penelitian	54
Lampiran 4. Surat Keterangan Melakukan Penelitian	55
Lampiran 5. Surat Persetujuan Sebagai Pengamat	56
Lampiran 6. Surat Persetujuan Sebagai Pengamat	57
Lampiran 7. Biodata Pengamat.....	58
Lampiran 8. Daftar Siswa Kelas VIII H SMP N 1 Sewon	59
Lampiran 9. Pedoman Observasi Penilaian Gerak Dasar Lempar Cakram.....	60
Lampiran 10. Penilaian Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram	63
Lampiran 11. Hasil Penilaian Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram.....	64
Lampiran 12. Hasil Penilaian Teknik Gerak Dasar Lempar Cakram.....	65
Lampiran 13. Tabel Kesepakatan Pengamat	66
Lampiran 14. Dokumentasi	67